

A PRÁTICA DO JUDÔ COMO BENEFÍCIO PSICOMOTOR E DESENVOLVIMENTO SOCIAL DE PESSOAS COM TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA)

Diogo Lopes dos Santos Melo¹

Felipe Assis²

Sandro Gonzaga de Aredes³

Introdução

O Judô foi criado no Japão no século XIX, uma arte marcial criada por Jigoro Kano que criou o seu próprio estilo de luta, com base no Jujútsu que por muitos anos foi a luta mais praticada por todo o país, porém muitos alunos machucavam, a essa arte foi criada para ser uma arma na guerra, como Japão vivia um novo tempo o mestre kano desenvolver o caminho suave e com o passar dos anos foi aperfeiçoando a técnica. Dizia o mestre que seu sonho era que o judô fosse praticado por todo o mundo e esse sonho se concretizou e chegou ao brasil na imigração no ano de 1920, foi tão bem-vista que a UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura) reconheceu que o Judô é uma arte marcial mais indicada no mundo para crianças e adolescentes, pois ele contribui para um melhor desenvolvimento motor e psicossocial, dando aos alunos disciplina e ensinado valores humanitários (CUNHA, 2013).

O Judô também pode ser uma ferramenta terapêutica, educacional por gerar uma boa forma física, controle motor e atitudes psicossociais. Esse esporte se faz importante não só para as pessoas e ainda mais para quem tem o transtorno autista.

A relação do Judô com o autismo, está no seu código moral e filosofia criada por Jigoro Kano, desenvolvendo as habilidades motoras dando autonomia e desenvolvendo moralidade, a socialização e valores éticos e educacionais para que

¹ Discente do Centro Universitário Geraldo Di Biasi - UGB. Pós-graduação em neurociência aplicada a reabilitação e a prescrição de exercícios no TEA, TDAH, Síndrome de Down, Parkinson e Alzheimer, 2021.

² Docente do UGB/FERP.

³ Docente do UGB/FERP. Mestre pela Universidade Castelo Branco.

sejam cidadão de bem e sejam inseridos na sociedade (DELL'AGGLIO; TRUSZ, 2010).

O psiquiatra Leo Kanner foi o pioneiro considerado o pai do autismo, escrevendo no seu manual de psiquiatria infantil e indo a público para falar abertamente sobre o assunto em 1948. De origem grega onde a palavra *autos* significa próprio e *ismo* significa estado, a palavra AUTISMO define-se como “um estado onde o indivíduo vive para si mesmo”. Ao longo dos anos a palavra autismo passou por algumas mudanças e atualmente é chamado de Transtorno do Espectro Autista ou pela sigla TEA (ORRÚ, 2012).

O estudo teve como objetivo, mostrar a relação benéfica da prática do judô para pessoas com Transtorno do Espectro Autismo TEA, independente da sua idade.

Segundo Santos (2013), o judô “é uma atividade que pode ser usada como objetivo terapêutico, educacional e recreacional com considerável ganho na forma física, controle motor e atitudes psicossocial”. Isso significa que esse esporte é democrático, não importa gênero, idade, biótipo, deficiência ou transtorno a prática esportiva é para todos.

Metodologia:

O presente artigo constituiu de uma pesquisa bibliográfica, de cunho qualitativo. Realizado entre o mês de maio o de agosto de 2021.

Resultado e Discussão:

Judô:

De acordo com Santos (2013), o desenvolvimento psicomotor tem como objetivo, da funcionalidade ao corpo para que tenha maiores capacidades de movimentos e obtendo compreensão corporal, assim desenvolvendo as habilidades motoras, e o judô possibilita que o praticante possa conhecer melhor seu corpo,

melhorando a coordenação motora, o controle muscular, força estática de membro superior, potência de membro inferior, equilíbrio, agilidade, velocidade, flexibilidade, tempo espacial, lateralidade e as capacidades aeróbica e anaeróbica.

Além do desenvolvimento psicomotor o judô também desenvolve valores éticos e morais, uma tradição oriental que até hoje é seguida como cultura, com o pensamento de não só formar atletas e sim cidadãos de bem podendo viver e conviver em sociedade. A disciplina e o respeito se aplicam como principais na formação educacional e humanitária dos praticantes, para isso foi criado o código moral dos judocas e seus princípios morais são:

- **Cortesia:** para ser educado no trato com os outros.
- **Coragem:** para enfrentar as dificuldades com bravura.
- **Honestidade:** para ser verdadeiro em seus pensamentos e ações.
- **Honra:** para fazer o que é certo e se manter de acordo com seus princípios.
- **Modéstia:** para não agir e pensar de maneira egoísta.
- **Respeito:** para conviver harmoniosamente com os outros.
- **Autocontrole:** para estar no comando das suas emoções.
- **Amizade:** para ser um bom companheiro e amigo.

Transtorno do Espectro do Autismo - (TEA):

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V, 2014) o código F84 é utilizado para classificar o Transtorno do Espectro Autista, encontrasse na classe transtorno do neurodesenvolvimento, onde a causa está associada a fator genético ou ambiental ou a outro transtorno do neuro desenvolvimento, comprometendo a área de interação social e linguagem, e sua gravidade está na falta da interação social e comportamento restritivo e repetitivo.

Citado por Teles e Cruz (2022), a classificação com Espectro significa que uma pessoa com autismo não é igual a outra, pois cada um tem uma característica dentro dele diagnóstico tornando-as iguais, porém diferentes, porém existem sinais comuns como:

- Ausência da fala ou uma fala na terceira pessoa ou muito formal
- Brinca com objetos de forma incomum
- Comportamento motor ou verbal estereotípi
- Dificuldade em lidar com alteração de rotina
- Ecolalia
- Hiperatividade ou muita passividade
- Interesse restrito
- Não busca interação
- Perturbação do sono ou alimentar
- Sensibilidade ao som

Cabe considerar-se também que em alguns casos a um comprometimento nas áreas (JÚNIOR; KUCZYNSKI, 2015)

- **Sensorial:** Sistema sensorial (visual, auditivo, gustativos, olfativo, tátil, vestibular e proprioceptivo).
- **Motora:** Coordenação motora global ou fina, equilíbrio e tempo e espaço.
- **Emocional:** Choros ou risos fora do contexto, dificuldade em lidar com frustrações e controle das emoções.
- **Cognitiva:** Desenvolvimento intelectual, dificuldade na aprendizagem e na linguagem.

De acordo com Manual de Diagnóstico e Estatística dos Transtornos Mentais (DSM-V, 2014), em sua grande maioria dos casos, indivíduo com autismo apresenta uma dificuldade motora fina e global, equilíbrio e a marcha por um déficit motor e sensorial, dentre outras características que pode apresentar, o judô contribui na melhora do seu desenvolvimento motor como um todo, pois com a prática nessa modalidade se faz necessário obter compressão corporal, controle motor, equilíbrio e força (TORQUATO; COUTO, 2021).

A relação está no que o judô pode contribuir com o que o autismo precisa para o seu desenvolvimento e isso está associado a:

Autismo

- Falta de coordenação motora.

Judô

- Melhora na coordenação motora.

- | | |
|--|---|
| - Falta de interação social. | - Interação social. |
| - Mal comportamento. | - Regras e disciplina. |
| - Impulsividade e agressividade. | - Controle a impulsividade e agressividade. |
| - Déficit no controle motor. | - Melhora no controle motor. |
| - Déficit Socialização. | - Socialização. |
| - Déficit no tempo e espaço. | - Melhora o tempo e espaço. |
| - Dificuldade de lidar com a frustração. | - Aprender lidar com solução de problemas |

Considerações Finais

A relação do judô com transtorno autista está para além do desenvolvimento motor, e sim como uma conduta de valores como disciplina e desenvolvimento social. No autismo existe déficit social e sensorial, é desenvolvido através da prática como estimulação sensorial tátil ao usar as roupas da prática do esporte e o contato físico ao realizar as técnicas. Por ser um esporte de contato físico estimula a interação social e a socialização, além de contribui nas funções executivas do controle inibitório para que o praticante tenha o autocontrole dos impulsos e agressividade.

Com isso esse artigo mostra que o judô possibilita abrir portas como opção de terapia para as pessoas com autismo, por auxiliar não só na melhora corporal, como também nas suas atividades de vida diária e no seu comportamento.

Referências

ASSOCIATION, A. P. **Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

CUNHA, D. H. L. **Judô na Escola: Benefícios Psicomotores e Sociais para Alunos**. 2016. 33 f. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Faculdade de

Licenciatura em Educação Física, Faculdade de Educação e Meio Ambiente, Rondônia, 2016.

JÚNIOR, F. B. A; KUCZYNSKI, E. **Autismo Infantil: Novas Tendências e Perspectivas**. 2ª ed. São Paulo: Atheneu, 2015.

NUNES, A. V. **História do Judô**. CBJ Brasil, 2017. Disponível em: https://cbj.com.br/historia_do_judo/. Acesso em 10 de julho de 2021.

ORRÚ, S. E. **Autismo, Linguagem e Educação: interação social no cotidiano escolar**. 3. ed. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2012.

RODRIGUES, I. J. ; JÚNIOR, F. B. A. **Constituição de Espaço e Autismo**. *Autismo Infantil: Novas Tendências e Perspectivas*, São Paulo, 2º ed., p. 181 – 200, 2015.

SANTOS, E. T. D. M. **Desenvolvimento Motor Associado à Prática Do Judô na Infância**. 2013. 37 f. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Faculdade de Licenciatura em Educação Física, Universidade Federal de Goiás, Goiânia, 2013.

TELES, P. S.; CRUZ, C. L. P. **A Prática Esportiva como Instrumento de Inclusão: Um Estudo de caso sobre Aprendizagem e Desenvolvimento de aluno com Transtorno do Espectro Autista (TEA)**. In: 11 ENFOPE / 12 FOPIE, 4., Sergipe, 2018. **Anais...** Sergipe: GT 6 – Educação, Inclusão, Gênero e Diversidade, 2018.

TORQUATO, E.; COUTO, C. R. **Efeitos da Prática do Judô na Coordenação Motora de Crianças e Adolescentes Autistas**. **Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada**. Minas Gerais, v. 22, p. 03 -14, jan/jun, 2021.